



uniA UNIVERSITÄT
AUGSBURG

Gesundheit

Wichtige Informationen zum Studienbeginn

Das Akademische Auslandsamt der Universität Augsburg hat für internationale Erstsemester eine Präsentationsreihe mit den wichtigsten Informationen rund um das Studium und Leben in Augsburg zusammengestellt.



Diese Präsentation ist die **fünfte** von insgesamt sieben. Sie beschäftigt sich mit **dem Gesundheitssystem in Deutschland und erklärt Ihnen, was Sie als Studierende(r) beachten müssen**. Wir empfehlen, alle Präsentationen sorgfältig durchzusehen, um gut vorbereitet in Ihr Studium zu starten und wichtige Fragen zu klären.

Alle Präsentationen sind online verfügbar und können unter folgendem Link heruntergeladen werden:

<https://www.uni-augsburg.de/de/portal/internationals/abschluss/svk/>.

Programm

- 01** Überblick über das deutsche Gesundheitssystem
- 02** Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherungen
- 03** Arztbesuch, Zahnarzt, Apotheke, Krankenhaus, Impfungen
- 04** Rezept, Überweisung, Krankmeldung
- 05** Verhalten bei Notfällen
- 06** Angebote an der Universität Augsburg



Arten der Krankenversicherungen (KV) in Deutschland

Wer an einer deutschen Hochschule studiert, braucht eine Krankenversicherung. Es gibt für Studierende aus dem Ausland (Aufenthalt nach §16b) zwei Arten:

Gesetzliche Krankenversicherungen



... und viele
weitere ...

Private Krankenversicherungen



... und viele
weitere ...

Private Krankenversicherung (PKV)

- Es gibt unzählige internationale und nationale Anbieter
Die Ausländerbehörde (Nicht-EU-Bürger) akzeptiert in der Regel nur deutsche Anbieter!
- **Vorsicht: Wer im Laufe seines Studiums einmal in der privaten Krankenversicherung ist, kann nicht mehr in die gesetzliche wechseln!**
- Wer unter 30 Jahre alt ist, kann – wer 30 Jahre oder älter ist, muss – eine PKV wählen
- Wichtigste Unterschiede zur gesetzlichen Krankenversicherung:
 - Leistungen werden zwischen Versicherten und Versicherung genau festgelegt
 - Höhe der Beiträge richtet sich nach den „gebuchten“ Leistungen sowie Alter, Geschlecht (und Einkommen des Versicherten)
 - Versicherte zahlen alle anfallenden Kosten zunächst selbst, können später Rückerstattung beantragen

Gesetzliche Krankenversicherung (GKV)

- Es Aufgabe der GKV ist es, die Gesundheit der Versicherten:
 - zu erhalten (Vorbeugung)
 - wiederherzustellen (Linderung akuter Beschwerden)
 - ihren Gesundheitszustand zu bessern (Rehabilitation)
- Momentan gibt es mehr als 100 gesetzliche Krankenkassen
- Gesetzliche Krankenversicherungen müssen ihren Versicherten gesetzlich festgelegte Leistungen anbieten (Pflichtleistungen)
- Und können zusätzliche Leistungen anbieten (Zusatzleistungen)

Studentische Krankenversicherung:

- Monatlich ca. 145 Euro Krankenversicherung, inkl. Pflegeversicherung
- Möglich bis zur Vollendung des 30. Lebensjahres oder bis zum Ende des 14. Fachsemesters (Verlängerungsmöglichkeit z.B. bei Behinderung, Kindererziehung)

Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung (1/2)

Zur Vorbeugung von Krankheiten

- Impfungen (z.B. Mumps-Masern-Röteln, Polio, Tetanus, Diphtherie, Corona, Influenza ...)
- **Vorsorgeuntersuchungen** (Zahnarzt, 2x pro Jahr); Augenarzt, Hautarzt & Gynäkologe (1x pro Jahr)
- Sportkurse (Fitnessstudio, Online-Kurse → um einen Überblick über diese Angebote zu bekommen sollten Sie bei Ihrer Versicherung nachfragen!)

Zur Früherkennung von Krankheiten

- z.B. Krebsvorsorge → Hautkrebs ab dem Alter 20 alle zwei Jahre

bei (akuter) Krankheit

- ärztliche Versorgung (einschließlich Psychotherapie)
- Versorgung mit Arzneimitteln/ Medikamenten
- Krankenhausbehandlung und Krankenpflege

Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung (2/2)

Zur medizinischen Rehabilitation

- Impfungen (z.B. Mumps-Masern-Röteln, Polio, Tetanus, Diphtherie, Corona, Influenza ...)
- **Vorsorgeuntersuchungen** (Zahnarzt, 2x pro Jahr); Augenarzt, Hautarzt & Gynäkologe (1x pro Jahr)
- Sportkurse (Fitnessstudio, Online-Kurse → um einen Überblick über diese Angebote zu bekommen sollten Sie bei Ihrer Versicherung nachfragen!)

Bei Schwangerschaft und Mutterschaft

- z.B. Krebsvorsorge → Hautkrebs ab dem Alter 20 alle zwei Jahre

Wichtig:

- die Leistungen der verschiedenen Versicherungen sind zum Teil etwas unterschiedlich
→ deshalb sollten Sie genaue Informationen bei den einzelnen Versicherungen recherchieren
→ einen Überblick finden Sie auch hier <https://krankenkassen.check24.de>

Der Arztbesuch

Zu welchem Arzt/ welcher Ärztin gehen?

- Ärzt*innen sind frei wählbar
- Der erste Gang sollte zum Hausarzt/ zur Hausärztin sein (Allgemeinmediziner*in)
- Folgende Plattformen helfen Ihnen bei der Terminsuche: www.jameda.de/ oder www.doctolib.de
- Andere Studierende nach ihren Erfahrungen fragen ist auch eine gute Idee



Hausärzt*innen in der (näheren) Umgebung

- WH Gögginen:
MVZ Schwaben – Göggingen,
<https://mvz-schwaben.de/goeggingen/>
- WH Univiertel/ Haus Edith Stein/ Bgm-Ulrich-Str.:
Ärztehaus am Alten Postweg, <https://mvzaugsburg.de/>
Dr. Irmer & Dr. Zickler, <http://www.irmer-zickler.de/>
- WH Prinz-Karl-Viertel
Dr. Inge Sandler, <https://www.ingesandler.de/>



Vorbereitung auf den Arztbesuch

- Arzt/ Ärztin finden, der/ die Patient*innen aufnimmt
- Termin vereinbaren (telefonisch oder über die App, z.B. Doctolib)
- Fragen notieren, ggf. Beschwerden im Wörterbuch nachschlagen
- (Hausbesuche sind in Deutschland nicht üblich!)
- Wenn es Ihnen plötzlich sehr schlecht geht, oder wenn Sie dringend einen Termin brauchen, sagen Sie dies am Telefon!

Der Arztbesuch

- **Versichertenkarte** mitbringen!
- Pünktlich kommen (10 Minuten vor dem vereinbarten Termin)
- An der Rezeption: Vorstellung mit Name, Uhrzeit des Termins und Übergabe der Krankenversichertenkarte
- Anamnesebogen ausfüllen
- Anweisungen abwarten
- Zeit mitbringen: Manchmal kann es sein, dass man trotz Termin lange warten muss.



Im Sprechzimmer

- Beschwerden schildern
- Welche Behandlung schlägt der Arzt/ die Ärztin vor?
- Fragen stellen ist erlaubt! Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
- Zum Ende des Gesprächs überprüfen, ob alle Fragen etc. beantwortet wurden.
- Wer kein gutes Gefühl hat, darf den Arzt/ die Ärztin wechseln oder auch eine zweite Meinung einholen!



In der Apotheke

- Es gibt rezept**freie** und verschreibung**spflichtige** Arzneimittel
 - gegen Vorlage eines Rezeptes erhalten gesetzlich Versicherte ihre Medikamente (Zuzahlung max. 10 Euro.)
 - Öffnungszeiten von 9-18 Uhr
 - außerhalb der Öffnungszeiten gibt es auch einen Notdienst (nachts und am Wochenende, zusätzliche Gebühr 2,50 Euro)
- Informationen in der Lokalzeitung oder im Internet: <http://www.aponet.de/service/notdienstapotheke-finden.html>

4 verschiedene Arten von Rezepten:

- rosa** → Patient*in zahlt max. 10 Euro (digital auf der Karte gespeichert → eRezept)
- grün** → rezeptfreie Medikamente, Patient*in zahlt alles
- blau** → Privatrezept, Patient*in zahlt vollen Betrag
- gelb** → starke Schmerzmittel, strenge Kontrolle

- Apotheker*in gibt Anweisungen zur Einnahme von Medikamenten. Auch hier: Fragen Sie nach wenn etwas nicht klar ist!
- Tipp: Viele rezeptfreie Medikamente gibt es günstiger bei Rossmann, dm, Müller etc.!

Das rosa Rezept

(Nur noch selten, viel häufiger digitales eRezept auf der Karte)

Rezeptpflichtige
Medikamente:

Höhe der Zuzahlung:
mindestens 5 Euro,
max. 10 Euro pro
Medikament



Krankenkasse bzw. Kostenträger AOK Rheinland-Pfalz			Hilfs- mittel 6		Impf- stoff 7	Scr.-St. Bedarf 8	Begr.- Pflicht 9	Apotheken-Nummer / IK	
Name, Vorname des Versicherten Mustermann Erika			geb. am 12.08.1964		Zuzahlung				
Heidestraße 17 51147 Köln			10/14		Gesamt-Brutto				
Kassen-Nr. 106415300			Versicherten-Nr. A123456789		Status 1000 1		Arzneimittel-/Hilfsmittel-Nr.		
Betriebsstätten-Nr. 271111100			Arzt-Nr. 654321161		Datum 10.07.2012		Faktor		
							Taxe		
Rp. (Bitte Leerräume durchstreichen)			Vertragsarztstempel						
Antistressin Impfstoff Amp. 10 x 0.5 ml			27/1111100						
Muster Pharma GmbH			Psychologische Gemeinschaftspraxis						
*****			Dr. med. Markus Mustermann						
*****			Dr. rer. nat. Erik Mustermann						
			Dorfheidestraße 1						
			51069 Köln						
			Tel. 02 21 / 9 87 65 43						
666H									
Bei Arbeitsunfall auszufüllen!			Unterschrift des Arztes						
Unfalltag			Muster 16 (7.2008)						
Unfallbetrieb oder Arbeitgebernnummer									

2711111004

Das grüne Rezept

Für rezept**freie**
Arzneimittel.

Kosten dafür müssen
selbst gezahlt
werden.



Musterkrankenkasse

Name, Vorname des Versicherten
Mustermann geb. am **25.07.2000**
Max
Musterstraße 5
XXXXX Musterstadt

Berufsdatum **Apotheken-Nummer / IK**

Gesamt-Brutto
13,11

Arzneimittel-Bezeichnung / Handelsname / Wirkstoff-Nr. **Faktor** **Taxe**
01970491 **1** **13,11**

Datum
171018

Rp. (Bitte Leerräume durchstreichen)

Simvastatin 1A Pharma 10 mg Filmtabletten 100 St. N3

Unterschrift des Arztes

Dieses Rezept können Sie nicht zur Erstattung bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse einreichen. Allerdings können Sie diese Arzneimittelausgaben unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Belastungsgrenze bei Ihrer Steuererklärung geltend machen.

Das blaue oder auch weiße Rezept (Privatrezept)

Verschreibungspflichtiges

Mittel, das nicht zum Leistungskatalog der Kassen gehört:

Kosten dafür müssen **selbst gezahlt** werden.



MUSTER

Name, Vorname des Versicherten		geb. am		Bezugsdatum		Apotheken-Nummer	
Versicherten-Nr.		Status		Gesamt-Brutto			
Betriebsstätten-Nr.		Arzt-Nr.		Datum		Arzneimittel-/Hilfsmittel-/Heilmittel-Nr.	
Rp. (Bitte Leeräume durchstreichen)				1. Verordnung		Faktor	
				2. Verordnung		Taxe	
				3. Verordnung			

☐ Unfall

☐ aut idem

☐ aut idem

☐ aut idem

Dr. med. Andreas Mustermann
Arzt für Allgemeinmedizin & Homöopathie
12345 Musterstadt
Schulbergstrasse 123A
Tel. 012345 - 67 89 0
BSNR: 123456789

Unterschrift des Arztes

3 4 / 15 1 2 3 4 / 16 Bestell-Nr. 60.425 **MED+ORG**

Die „Überweisung“

- Überweisung vom Hausarzt zum Facharzt (Internist, Orthopäde, ...)

Warum?

- dient dem Informationsaustausch zwischen Haus- und Facharzt
- z.B. sammelt Hausarzt Facharztbefunde und kann sie zu einem Gesamtbild zusammenfügen

Überweisungsschein

Kassenkategorie Ihrer Krankenkasse: **BKK Ihre Kasse**

Name, Vorname des Versicherten: **Mustermann Max**

geb. am: **03.05.55**

Adresse: **Musterstr. 1, 99999 Musterstadt**

Kartenzählnummer: **100000000** | Versicherungs-Nr.: **P123456789** | Status: **1**

Befunddatum: **04.11.16**

Überweisungsschein

☒ Kurzfristig ☐ Präventiv ☐ Behandl. gemäß § 116b SGB V ☐ bei belegärztlicher Behandlung

☐ Unfall ☐ Unfallfolgen ☐ Datum der OP bei Leistungen nach Abschnitt 31.2: **TTMMJJWW**

Überweisung an: **Nuklearmedizin**

☐ Ausführung von Auftragsleistungen ☐ Konsiliaruntersuchung ☒ Mit-Weiterbehandlung

☐ eingeschränkter Leistungsanspruch gemäß § 14 Abs. 3a SGB V

Diagnose/Verdachtsdiagnose:

Befund/Medikation:

Auftrag:

Dr. med. M. Müller
Facharzt für Allgemeinmedizin
Musterstraße 22
99999 Musterstadt
Tel. 99999-1111 Fax -1112
LANK 987654321
BKK 334456700

Überweisungs-/Abrechnungsschein

Kassenkategorie Ihrer Krankenkasse: **BKK Ihre Kasse**

Name, Vorname des Versicherten: **Musterberg**

geb. am: **01.01.94**

Adresse: **Musterstadt**

Kartenzählnummer: **1000** | Versicherungs-Nr.: **P123456789** | Status: **1**

Befunddatum: **05.11.16**

Überweisungs-/Abrechnungsschein

☒ Kurzfristig ☐ Präventiv ☐ Behandl. gemäß § 116b SGB V ☐ bei belegärztlicher Behandlung

☐ Unfall ☐ Unfallfolgen ☐ Datum der OP bei Leistungen nach Abschnitt 31.2: **TTMMJJWW**

Überweisung an: **Nuklearmedizin**

☐ Ausführung von Auftragsleistungen ☐ Konsiliaruntersuchung ☒ Mit-Weiterbehandlung

☐ eingeschränkter Leistungsanspruch gemäß § 14 Abs. 3a SGB V

Diagnose/Verdachtsdiagnose:

Befund/Medikation:

Auftrag:

Dr. med. M. Müller
Facharzt für Allgemeinmedizin
Musterstraße 22
99999 Musterstadt
Tel. 99999-1111 Fax -1112
LANK 987654321
BKK 334456700

Die „Krankschreibung“

- Für gesetzlich Krankenversicherte ist die **Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung** seit dem 1. Januar 2023 digital. → Die Arztpraxis übermittelt die Krankmeldung elektronisch an die gesetzliche Krankenkasse.
- Gesetzlich Versicherte müssen sich bei ihren Arbeitgeber*innen, wie gewohnt, krank melden.
- Bei ärztlicher Krankschreibung rufen Arbeitgeber*innen die Krankmeldung direkt digital bei der Krankenkasse ab.
- Gesetzlich versicherte Patient*innen erhalten nur einen **Papierausdruck** für ihre Unterlagen. **Diesen sollten Sie aufheben, besonders, wenn Sie in der Prüfungszeit krank werden.**



Der Zahnarztbesuch

- 1 – 2 mal im Jahr zur Vorsorge

gesetzliche KV:

- Vorsorgeuntersuchungen (2 pro Jahr werden gezahlt)
- Zahnerhaltende Maßnahmen (Füllungen)
- Zahnextraktion
- Festzuschuss für Zahnersatz (Prothesen, Brücken, Kronen)
- Wer regelmäßig zum Zahnarzt geht, wird belohnt (**Bonusheft**)!
- teilweise: professionelle Zahnreinigung

private KV:

- vertraglich geregelte Leistungen, meist nur Linderung von Schmerzen auf die kostengünstigste Art



Zahnarzt – Bonusheft

- oder digitale Variante

Bonusheft

– Nachweis von
Zahngesundheitsuntersuchungen –
für die Versicherten der Gesetzlichen Krankenkassen

Name: _____

Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ/Wohnort: _____

Nachweisheft zur Erlangung des Bonus beim Zahnersatz gemäß § 30 (5) SGB V

Die Zuschüsse der Krankenkasse zum Zahnersatz erhöhen sich um 10%, wenn während der letzten 5 Kalenderjahre vor Beginn der Zahnersatzbehandlung

- Individualprophylaktische Untersuchungen bei 12-19jährigen Versicherten kalenderhalbjährlich in Anspruch genommen wurden und
- bei ab 20jährigen Versicherten wenigstens einmal im Kalenderjahr eine zahnärztliche Untersuchung durchgeführt wurde.

Die Zuschüsse erhöhen sich um weitere 5%, wenn die Versicherten in den letzten 10 Kalenderjahren vor Beginn der Behandlung die Untersuchungen ohne Unterbrechung in Anspruch genommen haben. Außerdem muß der Gebißzustand regelmäßige Zahnpflege erkennen lassen.

Datum: 2008 Dr. Ron Tehsmer
Zahnarzt
Pelzerstr. 4
20095 Hamburg
Tel. 34 36 73

Individualprophylaxe ☐

zahnärztliche Untersuchung ☐

Zahnarztstempel und Unterschrift

Datum: 2009 Dr. Ron Tehsmer
Zahnarzt
Pelzerstr. 4
20095 Hamburg
Tel. 34 36 73

Individualprophylaxe ☐

zahnärztliche Untersuchung ☐

Zahnarztstempel und Unterschrift

Datum: _____ 3

Individualprophylaxe ☐

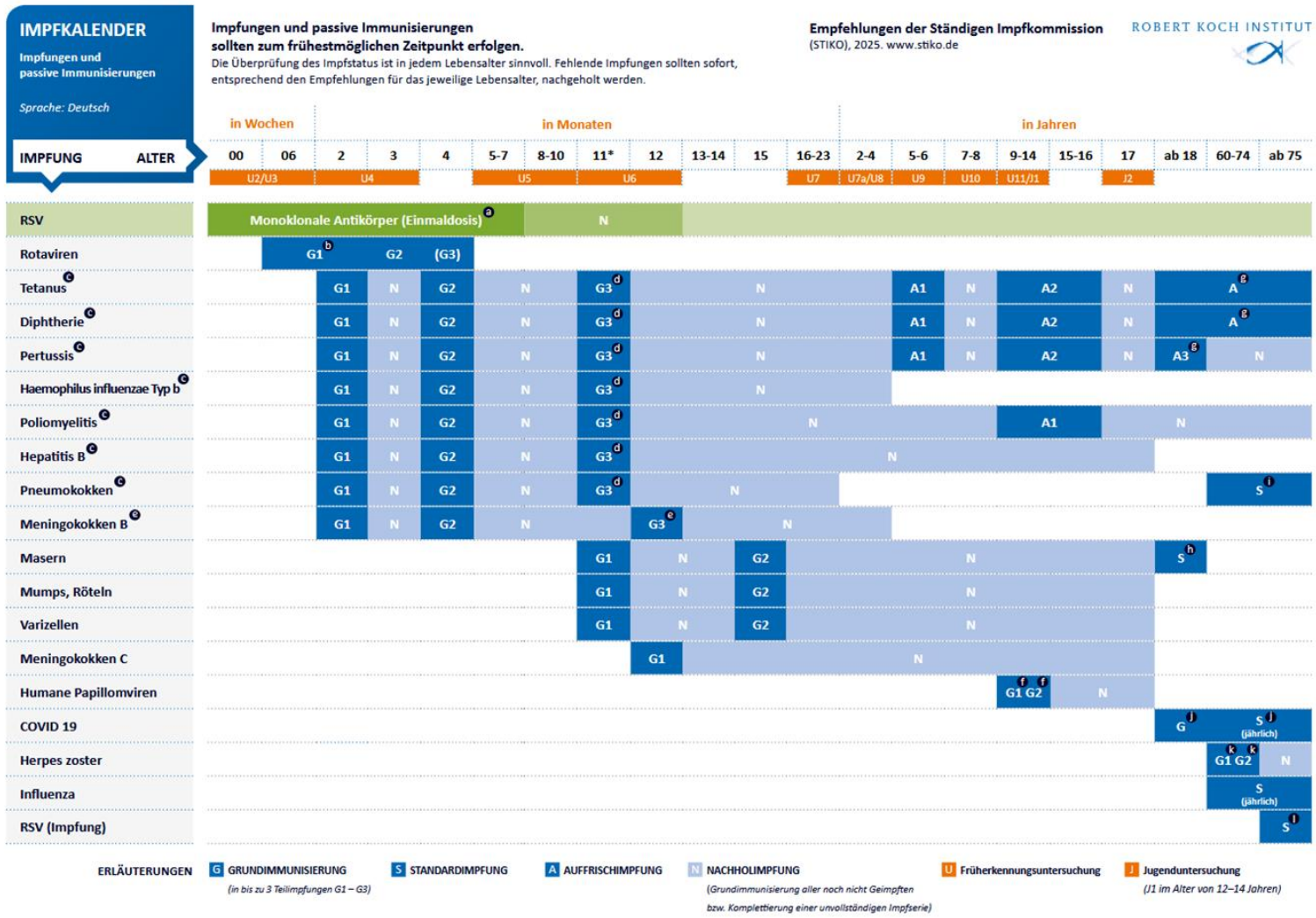
zahnärztliche Untersuchung ☐

Zahnarztstempel und Unterschrift

Impfungen (1/2)

- In Deutschland besteht (außer bei Masern für Personen, die in Schulen arbeiten) keine Impfpflicht.
- bestimmte Impfungen werden aber für Erwachsene empfohlen (STIKO):
 - Diphtherie
 - Tetanus
 - Keuchhusten (Pertussis)
 - Polio
 - Masern, Mumps, Röteln
 - FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis)
 - Grippe
 - Corona
- Link zu **Impfkalender in vielen Sprachen**

Impfungen (2/2)



Der Impfpass

WELTGESUNDHEITSORGANISATION
WORLD HEALTH ORGANIZATION
ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ



INTERNATIONALE BESCHEINIGUNGEN
ÜBER IMPFUNGEN
UND IMPFBUCH

INTERNATIONAL CERTIFICATES
OF VACCINATION

CERTIFICATS INTERNATIONAUX
DE VACCINATION

gemäß § 22 Infektionsschutzgesetz

ausgestellt für / issued to / délivré à

Name, Vorname / Surname, given name / Nom, prénom

Geburtsdatum / Born on / Né(e) le _____ in / à

Wohnort und Straße / Address / Domicile et adresse

Reisepass-Nr. oder
Nr. des Pers.-Ausweises

Passport No. or
Identity card No.

Número du passeport ou
de la carte d'identité

Impfkalender

Bescheinigung über **Schutzimpfungen*** gegen: Ce

Certificat de **vaccinations*** contre:

Datum Date		Diphtherie Diphtheria Diphtérie	Tetanus Tétanos	Pertussis Coqueluche	Haer influ
9.2.96	Name des Impfstoffes	X	X	X	
15.3.96	Chargen- nummer	X	X	X	
19.4.96	Name des Impfstoffes	X	X	X	
4.8.96	Chargen- nummer	X	X	X	

Auch als APP:
ImpfPassDE



Der Krankenhausaufenthalt (1/2)

Ambulante Behandlung

- findet in einer Klinik statt, danach kann man wieder nach Hause gehen, z.B. bei kleineren Eingriffen
- Nachsorge übernimmt oft der Hausarzt

Stationäre Behandlung

- mit Unterbringung im Krankenhaus
- Einweisung durch den Hausarzt oder behandelnden Facharzt
- Einweisungsschein mit ins Krankenhaus nehmen!

Krankenhausvertrag: bei stationärem Aufenthalt gibt es einen schriftl. Vertrag

Gesetzliche KV:

- übernimmt Kosten für Aufenthalt und Behandlung
- Zuzahlung durch Patienten: 10€ pro Tag an maximal 28 Tagen pro Kalenderjahr
- Sonderwünsche müssen extra bezahlt werden

private KV:

- Zahlungen nach Versicherungsvertrag

Der Krankenhausaufenthalt (2/2)

Operationen:

- Die Operation wird dem Patienten vorher erklärt.
- Unbedingt nachfragen, wenn etwas nicht verstanden wurde!
- Ggf. Freunde zum „Übersetzen“ mitbringen!
- Der Arzt muss über alle Risiken aufklären.
- Der Patient unterschreibt eine Einverständniserklärung.

Krankenhausalltag:

- Das Pflegepersonal kümmert sich um die Bedürfnisse der Patienten.
- Bei der täglichen Visite wird der Zustand des Patienten untersucht.
- Fragen stellen ist erlaubt! Offen und ehrlich sein!



Verhalten in Notfällen

Notfälle → Situationen, in denen Gefahr für Leib und Leben des Betroffenen besteht, z.B.

- Hohes Fieber
- Atemnot
- Knochenbrüche
- Starke Blutungen
- Vergiftungen
- Bewusstlosigkeit



Verhalten in Notfällen

Rettungskette

1. Absichern und Eigenschutz

- sich und andere aus der Gefahrenzone retten
- Unfallstelle nach Möglichkeit absichern

2. Erste Hilfe leisten*

3. Notruf absetzen (112) – die 5 Ws:



*Jeder ist zur Ersten Hilfe verpflichtet – das Minimum ist, die Rettung zu alarmieren. Wer die Erste Hilfe unterlässt, macht sich strafbar.
Ausnahmen: Opfer lehnt Hilfe ab, Opfer ist tot, andere helfen, man bringt sich in Gefahr oder verletzt die Aufsichtspflicht (für seine Kinder)

Verhalten in Notfällen

Fortsetzung Rettungskette

4. Weiter Erste Hilfe leisten

z.B. Wundversorgung, Betreuung, etc...

5. Rettungsdienst trifft ein und übernimmt Versorgung

6. Betroffener kommt in die Notaufnahme eines Krankenhauses



Verhalten in Notfällen

- bei nicht lebensbedrohlichen Notfällen (gequetschte Finger, Fieber, Schmerzen) kann die Notaufnahme auch selbst aufgesucht werden
- erreichbar über die Telefonnummer: 116 117
- immer dann erreichbar, wenn der Hausarzt geschlossen hat

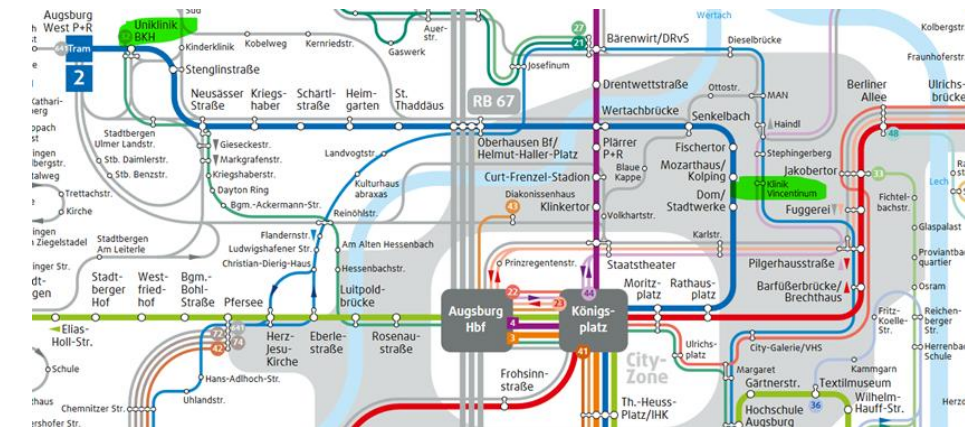
KVB Bereitschaftspraxis Vincentinum

- Franziskanergasse 12 - 86152 Augsburg (Zentrum)
- Busse 35 und 44 „Klinik Vincentinum“
- Tram 1 „Fuggerei“ (Entfernung ca. 500 m)



KVB Bereitschaftspraxis Uniklinikum

- Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg (Eingang Notaufnahme)
- Busse 32 & Tram 2 „Uniklinik“
- <https://www.kvb.de/patienten/aerztlicher-bereitschaftsdienst#c8743>



Notfallnummern



Im Notfall die richtige Nummer!

NOTRUF 112

WANN?

- bei **Lebensgefahr**
- z.B. starken Brustschmerzen und Herzbeschwerden oder schweren Verletzungen

BEREITSCHAFTSDIENST 116117

WANN?

- bei **NICHT**-lebensbedrohlichen Erkrankungen
- außerhalb von Praxiszeiten, wenn die Behandlung nicht warten kann
- z.B. akute Rückenschmerzen, Brechdurchfall, hohes Fieber

Quelle: KBV | BMG
© Bundesregierung

WANN MUSS ICH IN DIE NOTAUFNahme?!



Etwas ist ab, was dran sein sollte?



Etwas ist drin, was draußen sein sollte?



Etwas lässt sich bewegen, was fest sein sollte?



Es bewegt sich gar nichts mehr?!

Weitere Angebote und Netzwerke

Informationen der **Krankenversicherungen** nutzen (Broschüren, Online-Portale)

<https://www.tk.de/service/app/2009028/gesundheitskurs/ergebnis.app?faces-redirect=true>

BodyBalancePilates.med® Mattenprogramm -
Ganzheitliches Kräftigungstraining, mit Hauptaugenmerk
auf die Stabilisations-und Haltemuskulatur

Silke Sommer
Metzstr. 40
86157 Augsburg

Kursort 380 m
Maximilianstr. 57
86150 Augsburg

Zeitraum
16.09.2025 - 25.11.2025
Di 09:00-10:00

 **Barrierefreiheit**
Barrierefreies Kursangebot

Einheiten
10 Termine

140,00 EUR

Details anzeigen >

Die Neue Rückenschule

Lang bewegt
Reisingerstr. 35
86159 Augsburg

Kursort 380 m
Maximilianstr. 57
86150 Augsburg

Zeitraum
08.10.2025 - 10.12.2025
Mi 19:30-20:30

 **Barrierefreiheit**
Barrierefreies Kursangebot

Einheiten
10 Termine

140,00 EUR

Details anzeigen >

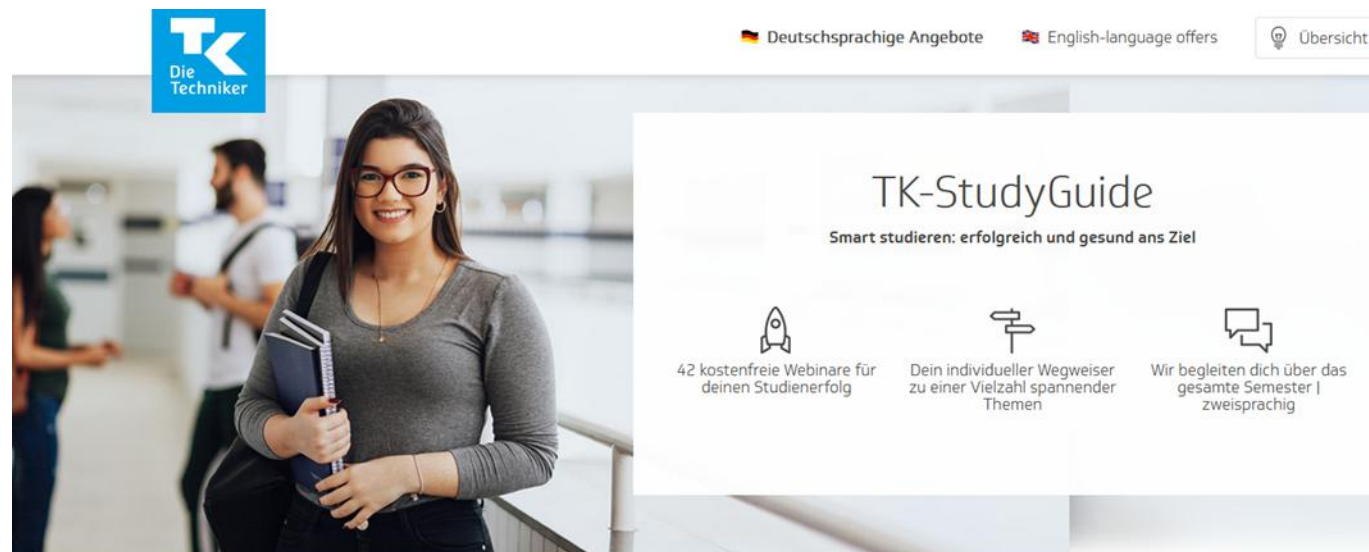
Qigong zur Entspannung

Grundsätzlich übernimmt die Techniker **80 Prozent der Kursgebühren** bis zu einem maximalen Zuschuss in Höhe von **75 Euro** für den Einzelkurs und 150 Euro für einen Kombinationskurs. Für den regelmäßigen Besuch eines Online-Kurses erstatten wir sogar 100 Prozent bis zu maximal 100 Euro. Entscheiden Sie sich für einen TK-Kurs, übernehmen wir die Kurskosten in voller Höhe.

Weitere Angebote und Netzwerke

Die Techniker Krankenkasse bietet in ihrem TK-StudyGuide eine Vielzahl an Kursen an, um die Soft Skills und die Gesundheit von Studierenden zu stärken. Das Angebot ist **kostenlos für alle Studierenden** (egal, wo krankenversichert) und kann auch von Studierenden besucht werden, die sich noch nicht in Deutschland aufhalten.

Alle Informationen finden Sie auf der folgenden Webseite: <https://online.gib-base.de/gib/TK/l42gts/>.



Deine Studienzeit – Unser TK-StudyGuide

Gesundheitswörterbuch (→ Link)



Weitere Angebote und Netzwerke

B!st – Beratungsstelle im Studentenwerk (→ [Link](#))

Beratung zu den Themen:

- Soziales, Studienfinanzierung
- Rechtsberatung
- Psychologische Beratung
- Studierende mit Handicap und chronischer Erkrankung



Weitere Angebote und Netzwerke

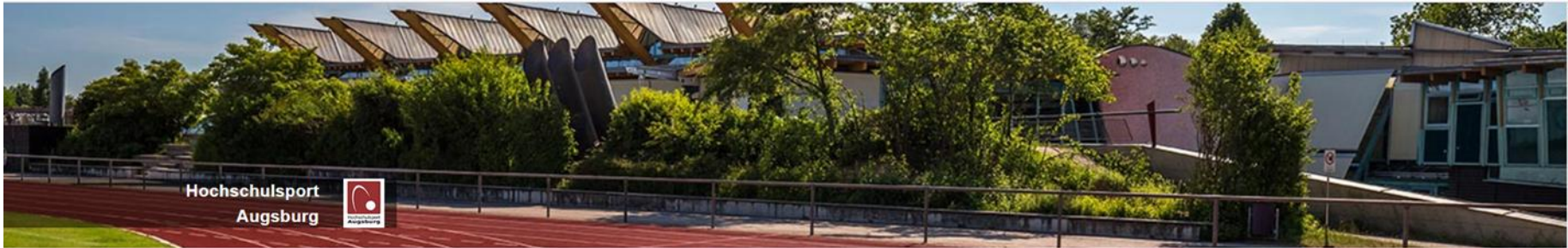
Zentrale Studienberatung

- Lernberatung, Prüfungsmanagement, Zeit- und Selbstmanagement, Study-Work-Life-Beratung
- psychologische Betreuung und Beratung
- Zoom-Reihe und Workshops in Präsenz für Studierende: <https://www.uni-augsburg.de/de/organisation/einrichtungen/studienberatung/workshops/>
- Themen: Lernplan erstellen, Resilienz im Studium, Zeitmanagement, (Seminar-)Arbeiten verfassen, Prokrastination, Selbst- und Lernmotivation etc.



Weitere Angebote und Netzwerke

Angebote **Hochschulsport** und **Gesundheitsmanagement** nutzen (→ [Link](#))



Hochschulsport Augsburg

Startseite

- Infos & Teilnahmebedingungen
- Kursangebot
- Kontakt
- Galerie & Videos
- Weitere Informationen
- Impressum

Öffnungszeiten

Sportzentrum
08.08. bis 07.09.2025 geschlossen

Sekretariat Hochschulsport
Montag – Donnerstag, nach Vereinbarung
Freitag geschlossen

Kurse / Anmeldungen

Hier geht es direkt zur Anmeldung:

Hier klicken

Bitte beachten Sie unsere Teilnahmebedingungen!

Events

Kursangebot Wintersemester 2025/26

Das Kursangebot für das Wintersemester 2025/26 ist in Kürze online einzusehen:

Wir freuen uns sehr, Ihnen wieder ein abwechslungsreiches Kursprogramm anbieten zu können, mit vielen neuen Trendsportarten! Beachten Sie auch gerne unsere Hinweise zu verschiedenen Events rund um den Hochschulsport, die regelmäßig hochgeladen werden.

Kurszeitraum: 20.10.2025 - 01.02.2026 (kursfreie Tage/Feiertage Weihnachten: 24.12.25 - 06.01.26)

Öffnungszeiten: ab dem WiSe sind die Öffnungszeiten wieder erweitert, Mo-Do von 8:00 bis 22:30 (freitags bis 21:30) Uhr und Sonntag von 16:15-21.30 Uhr

Anmeldung: der **Anmeldestart ist am Donnerstag, 16.10.2025 ab 10:00 Uhr** (vorauss. gestaffelt - genaue Uhrzeit wird unter dem Kursangebot bekannt gegeben)

Stornotag: Dienstag, 28.10.2025 / bei Kursen, die nach dem Stornotag starten: ein Tag nach dem jeweiligen Kursstart

Achtung:

- Für alle Kurse ist eine Online-Anmeldung erforderlich - ein Testbesuch / "Schnuppern" ohne Anmeldung ist nicht möglich
- Die Buchung "Teilnahmeentgelt Förderverein" ist für Fördervereinsmitglieder notwendig und bereits ab dem 14.10. ab 10:00 Uhr buchbar
- Die Kurskosten gelten (wenn nicht anders beschrieben) einmalig für diesen Zeitraum
- Das Ausfallen von bis zu zwei Einheiten pro Kursangebot ist im angebotenen Kurspreis einkalkuliert, Nachholtermine werden **nicht** angeboten
- Die Bezahlung erfolgt ausschließlich über das Lastschriftverfahren (Abbuchung), selbstverständlich erst **nach** dem Stornotag
- Informationen zum Kursangebot "Ferienkurse ab Februar 2026" werden rechtzeitig online gestellt

Bitte beachten Sie unsere Teilnahme- und Stornobedingungen: im Falle einer Stornierung muss diese unbedingt schriftlich erfolgen, nur an: ruth.sturm@sport.uni-augsburg.de (nach der Stornozeit sind Stornierungen nicht mehr möglich, **auch nicht aus Krankheitsgründen**)

team STUDI

FSU WORLD UNIVERSITY GAMES SUMMER

PARTNERHOCHSCHULE DES SPITZENSPORTS

Blutspende

- Es gibt die Möglichkeit, beim Roten Kreuz Blut zu spenden. Die Blutspende selbst dauert circa 10 Minuten und man bekommt dort als Dankschön etwas zu Essen und ein kleines Geschenk. Bei der ersten Spende wird das Blut kostenlos für Sie medizinisch gecheckt.

Bei Interesse können Sie hier einen Termin in Ihrer Nähe finden: <https://www.blutspendedienst.com/>.

- Bei Interesse gibt es auch die Plasmaspende in der Innenstadt: <https://www.haema.de/plasmaspende/>. Als Aufwandsentschädigung erhalten Sie 25€ bei jeder Spende.

Blutspendedienst
des Bayerischen Roten Kreuzes



Noch Fragen?

Das Akademische Auslandsamt der Universität Augsburg hat für internationale Erstsemester eine Präsentationsreihe mit den wichtigsten Informationen rund um das Studium und Leben in Augsburg zusammengestellt.



Diese Präsentation ist die **fünfte** von insgesamt sieben. Wir empfehlen, alle Präsentationen sorgfältig durchzusehen, um gut vorbereitet in Ihr Studium zu starten und wichtige Fragen zu klären:

<https://www.uni-augsburg.de/de/portal/internationals/abschluss/svk/>.

Sollten nach der Sichtung aller Präsentationen weiterhin Fragen offen sein, schreiben Sie uns gerne eine E-Mail an: svk@aaa.uni-augsburg.de.